Publié sur *écoconso* (https://www.ecoconso.be)

Campagne 2009 | Alimentation durable [1]

L'alimentation représente environ un tiers des impacts environnementaux d'un ménage. On s'en rend bien compte quand on jette des restes ou quand on voit combien les denrées sont emballées, sans parler des conditionnements des plats préparés. On pense cependant moins à tout ce qui se cache derrière nos assiettes : la distance parcourie par certains aliments, le carburant nécessaire pour chauffer les serres, l'utilisation d epesticides, les conditions de vie des producteurs au nord comme au sud, les superficies consacrées à l'alimentation du bétail qui servira ensuite à nous nourrir…

Comment concilier alimentation saine, respect de la planète et des producteurs, économie du ménage et contraintes de temps ?

Les enjeux environnementaux, sociaux, pratiques et économiques sont donc importants. L'alimentation durable offre des pistes pour y répondre.

Outils

Brochure

« J'aime pas les chicons. Petit guide pour manger local, sain, facile et pas cher en famille » [2].

Elle vise principalement les parents de jeunes enfants afin de les aider à composer des repas et collations durables à travers

- une introduction sur les enjeux d'une alimentation durable en famille
- 4 pages « manger local durable c'est bon pour la santé », « …c'est bon pour le portefeuille », « …c'est bon pour l'environnement » et « …c'est facile ». les informations sont présentées sous forme de questions-réponses pur les parents et sont enrichies de liens pour en savoir plus.
- 8 pages d'exemples de repas. Pour chacun des quatre repas de la journée, deux exemples de menu classique et deux exemples de menus malins sont présentés. Chaque option est évaluée en fonction des quatre critères : coût, facilité, santé et environnement.

Fiches-conseils

- N°125 - Halte au gaspillage alimentaire [3]
- N°157 - Manger bio ou local ou équitable ? [4]
- N°162 - Le vin bio [5]

Des animations

Vous souhaitez organiser une animation spécifique sur l'alimentation ? Voyez notre offre [6] !

Etat :

Terminé

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | info@ecoconso.be | www.ecoconso.be

---

Liens

[1] https://www.ecoconso.be/fr/content/campagne-2009-alimentation-durable
[2] https://www.ecoconso.be/fr/J-aime-pas-les-chicons
[3] https://www.ecoconso.be/fr/Halte-au-gaspillage-alimentaire

[4] https://www.ecoconso.be/fr/Manger-bio-ou-local-ou-equitable
[5] https://www.ecoconso.be/fr/Le-vin-bio%2C646
[6] https://www.ecoconso.be/fr/content/des-animations-conferences